



Mini-ordbog

Ord du kan løbe ind i, når du arbejder med peer-støtte

Her kan du blive klogere på hvad peer-støtte er, og læse om de begreber der knytter sig til arbejdet som peer-støttemedarbejder.

1. Om peer-støtte

Der er stigende forskningsmæssigt belæg for, at mennesker, der har gennemlevet psykiske vanskeligheder og recoveryprocesser kan udgøre en unik og virksom ressource i indsatsen over for andre mennesker med psykiske lidelser. Når egne erfaringer med psykiske lidelser, bruges til gavn for andre, kaldes det peer-støtte.

Derudover har peer-støtte som sådan vist sig at have en positiv effekt på dem, der selv arbejder i peer-støttefunktioner samt for udviklingen af recovery-orienteringen i forskellige organisationer. En peer-støttemedarbejder kan eksempelvis påvirke kulturen i en organisation i retning af større og bedre opmærksomhed på recovery.

I **peer-støtte projektet i Region Hovedstaden** er fokus på peer-støtte, som gives indenfor rammen af kommunale eller regionale tilbud, og som har fokus på mennesker som har fået en psykiatrisk diagnose og/eller har psykosociale funktionsnedsættelser. Peer-støtte i dette projekt omfatter altså ikke pårørende, og der er pt ikke frivillige i projektet.

Peer-to-Peer er engelsk og kan oversættes med 'bruger til bruger-støtte'.

2. Peer-støtte defineres som:

"Støtte til forandring mod et bedre liv, som finder sted mellem to eller flere personer, der er fælles om at have levede erfaringer."

Peer-støtte dækker over en bred vifte af aktiviteter og roller. Den kan være mere eller mindre formaliseret, og den kan være målrettet forskellige grupper eller livsudfordringer.

Peer-støtte kan ydes en-til-en eller i grupper, og kan være forankret i civilsamfundet eller i professionelle tilbud. Jo mere formaliseret peer-støtten er, des mere forventes den ene part at have opbygget erfaringskompetencer.

Peer-støtte er værdibaseret – gensidighed og erfaret viden er de to bærende værdier. Derudover er peer-støtte baseret på selvbestemmelse, medindflydelse, ligestilling, recovery og håb.

Peer-støttemedarbejdere er nået længere i deres recovery, end dem de støtter, og bruger i støtten deres egne erfaringer med at overvinde psykiske vanskeligheder.

3. Hvorfor peer-støtte

Kvalitative såvel som kvantitative studier viser, at mennesker med brugerbaggrund kan løfte opgaven som støtteperson på linje med professionelt personale, og at deres indsats har samme eller bedre outcome end fagprofessionelle kollegaers, herunder bedre evne til at nå mennesker der ellers er vanskelige at få kontakt til, reduktion i brugernes indlæggelsesgrad og indlæggelsesvarighed, reduktion af misbrug, styrkelse af sociale netværk og oplevet tilhørsforhold til lokalsamfundet, øget oplevelse af håb, trivsel og magt over egen situation.

I bl.a. England, Skotland, Canada, USA og Australien gennemføres såkaldte "peer to peer" programmer (bruger til bruger) og der er gode erfaringer med anvendelse af "peer workers" dvs. medarbejdere med brugerbaggrund i både den sundhedsfaglige indsats og i den sociale indsats. Erfaringerne viser, at tidligere brugere er gode til at få kontakt med patienterne og motivere dem til behandling i erkendelsen af, at det er muligt at komme sig, da peer-workeren netop er et eksempel på dette.

Herudover kan ansættelse af medarbejdere med brugerbaggrund være en effektiv måde til at flytte medarbejdernes syn på, hvad patienten kan, og dermed fremme en anden tilgang til mennesker med psykisk lidelse – med troen på, at det er muligt at komme sig.

Konkret har brug af tilbud om bruger-støtte vist positive effekter i forhold til øget trivsel, reduktion i indlæggelsesgrad og -varighed, reduktion af misbrug, styrkelse af sociale netværk og oplevelse af tilhørsforhold til lokalsamfundet, øget oplevelse af håb, som forskning har vist er en afgørende faktor for recovery og øget oplevelse af magt over egen situation, som ligeledes er udpeget som afgørende faktor i recoveryprocessen.

4. Andre ord og begreber

Levede erfaringer

Alle der har gennemlevet psykiske kriser og recoveryprocesser – enten på egen krop eller som pårørende - har levede erfaringer. Omfatter også det at have erfaringer som bruger af regionale og kommunale tilbud. Levede erfaringer findes ikke kun blandt brugerne af de kommunale systemer, men findes hos mange mennesker indenfor og udenfor de professionelle systemer – herunder blandt medarbejdere og ledere i kommunale tilbud. Levede erfaringer er ikke nødvendigvis kendt af omverdenen.'

Erfaringskompetencer

Når de levede erfaringer omsættes og bearbejdes på måder, så de kan bruges aktivt og eksplicit til gavn for andre er de blevet til erfaringskompetencer. Erfaringskompetencer kan fx opbygges gennem uddannelse. Formålet med uddannelse, hvor levede erfaringer omsættes til kompetencer er at fremme en kritisk bevidsthedsdannelse hos den enkelte deltager m.h.p. at:

- bringe egne erfaringer med personlig krise, recovery, hjælp og behandling ind i et bredere livs- og samfundsperspektiv
- almen- og nyttiggøre egne erfaringer som anvendelige kompetencer i peer-støtte arbejde med mennesker i aktuel psykisk eller psykosocial krise
- kunne fungere som ressource og aktør i en recoveryorienteret indsats på det psykiatriske , psykosociale, beskæftigelses- og uddannelsesmæssige område.

Medarbejdere med erfaringskompetencer kan udfylde en række forskellige roller, hvor deres erfaringskompetencer kan være et aktiv. De kan være ansat som ledere, undervisere, forskere, organisationskonsulenter mm., eller de kan arbejde med peer-støtte.

Dobbeltkompetencer

Nogle medarbejdere med erfaringskompetencer har derudover andre kompetencer (fx socialfaglige, sundhedsfaglige, undervisningsfaglige eller akademiske kompetencer), som er relevante eller nødvendige for den funktion de skal varetage. Dette kaldes dobbeltkompetencer.

Recovery - to definitioner

- Klinisk recovery er et fravær af symptomer, et forbedret funktionsniveau og vedvarende remission. Her arbejder man med klinisk objektive, generaliserede definitioner som er egnet til måling, f.eks. af hvor mange der kommer sig og i hvilket omfang. Der anvendes ofte begreberne fuldstændig og social recovery.
- Personlig recovery omhandler den unikke proces hos individet med en psykisk sygdom, hvor holdning, værdier, følelser, mål, evner og/eller roller forandres frem mod, at den enkelte kan leve et tilfredsstillende, håbefuldt og bidragende liv - selv med de begrænsninger, som er forårsaget af sygdommen. Her arbejder man med individuelle, subjektive definitioner som søger at indkredse betydende elementer og virkningsfulde faktorer for den enkeltes recoveryproces.

Recovery er en proces, der sker i hverdagen, mens man lever livet, og som ses, opleves og virker indefra. Den kan ikke igangsættes eller styres udefra, men kan og bør anerkendes og opmuntres af omgivelserne.

Her spiller de professionelle indsatser en vigtig rolle – de kan enten hæmme eller fremme recovery, igennem den måde, de møder den enkelte på. Derfor kan man tale om recovery-orienterede eller recovery-understøttende indsatser.

Psykosocial Rehabilitering

Ofte tales der også om psykosocial rehabilitering, som med afsæt i www.socialebegreber.dk og forskningen på området kan defineres som et helhedsorienteret, koordineret, målrettet og tidsbestemt samarbejde mellem en person og fagfolk, netværk og civilsamfund om en proces, der har til formål at understøtte personens recovery.

Psykosocial rehabilitering bidrager aktivt til at understøtte de faktorer for recovery, der er beskrevet ovenfor, og psykosocial rehabilitering:

- fremmer medborgerskab og støtter den enkelte i at få et meningsfuldt liv i samfundslivets fællesskaber.
- arbejder med udvikling af organiseringen af indsatsen, så de enkelte tilbuds ledelse, kultur og rammer gør det muligt at understøtte recovery.
- er lydhør og loyal overfor personens egne ønsker og mål for sit liv og aktivt arbejder for at give støtte, håb og inspiration på vejen imod dem.
- vægter udvikling af stærke og ligeværdige samarbejdsrelationer med den enkelte og vedkommendes netværk.

Læs mere om de centrale begreber

- Mead, Shery m.fl. (2001): Peer Support: A Theoretical Perspective. Psychiatric Rehabilitation Journal 25(2)
- O'Hagan, Mary (2011): Peer Support in Mental Health and Addictions – a Background Paper, maj 2011
- Scottish Recovery Network (2011): Experts by Experience. Guidelines to support the development of Peer Worker roles in the mental health sector

Ordbogen opdateres løbende.
Der anvendes primært Socialstyrelsens definitioner.

www.peerstøtte.dk

